

Hemsäkerhet



BELYSNING

- Se till att det finns tillräcklig belysning i följande utrymmen:
 - trappor
 - badrum
 - sovrum
 - kök
 - hallar
- Se till att det finns en lampa inom räckhåll när din närstående är:
 - i sängen
 - i vardagsrummet
 - någon annanstans där han/hon brukar sitta eller ligga ner
- Se till att vägen till badrummet är väl upplyst på natten



GOLV OCH MÖBLER

- Se till att möbler är arrangerade så att det finns tillräckligt med utrymme att röra sig bekvämt och säkert på
- Kontrollera att golven inte är hala och placera halkmattor och tejpa där det behövs, inklusive:
 - badrummet
 - köket
 - lösa mattor
- Kontrollera att trapporna har tillräckligt bra grepp, placera ut halkmattor vid behov
- Se till att alla möbler är stabila
- Kontrollera att skarpa kanter/hörn på bänkskivor och bord är täckta



KÖK

- Ordna så att de köksartiklar som används ofta är inom räckhåll:
 - tallrikar
 - glas/muggar
 - bestick
 - kastruller/stekpannor
- Se till att du har ett kolmonoxidlarm och en rökdetektor som fungerar, kontrollera batterierna en gång i månaden
- Överväg att installera temperaturstyrda apparater som stängs av automatiskt:
 - spisar
 - ugnar



BADRUM/TOALETT

- Installera stödräcken vid behov:
 - i duschen
 - intill toalettstolen
- Placera ut halkmattor i duschen och i närheten av handfatet
- Överväg att installera en duschstol vid behov
- Överväg att installera en förhöjd toalettstol vid behov



ALLMÄN SÄKERHET

- Se till att du har en lista med nödnummer som är tillgängliga för dig och din närstående
- Överväg att köpa en bärbar medicinsk varningsanordning som din närstående kan använda för att ringa efter hjälp i en nödsituation